نماز میں خشوع و خضوع

ہر شے کی ایک ظاہری صورت ہوتی ہے اور ایک باطنی حقیقت۔ نماز بھی ایک ظاہری صورت رکھتی ہے اور ایک باطنی حقیقت۔ نماز کی اس باطنی حقیقت کا نام قرآن وسنت کی زبان میں خشوع و خضوع ہے۔

نماز میں خشوع و خضوع سے مراد وہ کیفیت ہے کہ دل خوف اور شوقِ الٰہی میں تڑپ رہا ہو اور اس میں اللہ کے سوا کچھ باقی نہ رہے، اَعضاء وجوارِح پرسکون ہوں، پوری نماز میں جسم کعبہ کی طرف اور دل ربِ کعبہ کی طرف متوجہ ہو۔ ارشادِ باری تعالیٰ ہے:

اللَّهُ نَزَّلَ أَحْسَنَ الْحَدِيثِ كِتَابًا مُّتَشَابِهًا مَّثَانِيَ تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُودُ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَى ذِكْرِ اللَّهِ ذَلِكَ هُدَى اللَّهِ يَهْدِي بِهِ مَنْ يَشَاءُ وَمَن يُضْلِلْ اللَّهُ فَمَا لَهُ مِنْ هَادٍO الزمر، 23:39

”اللہ ہی نے بہترین کلام نازل فرمایا ہے، جو ایک کتاب ہے جس کی باتیں (نظم اور معانی میں) ایک دوسرے سے ملتی جلتی ہیں (جس کی آیتیں) بار بار دہرائی گئی ہیں، جس سے اُن لوگوں کے جسموں کے رونگٹے کھڑے ہو جاتے ہیں جو اپنے رب سے ڈرتے ہیں، پھر اُن کی جلدیں اور دل نرم ہو جاتے ہیں (اور رِقّت کے ساتھ) اللہ کے ذکر کی طرف (محو ہو جاتے ہیں)۔ یہ اللہ کی ہدایت ہے وہ جسے چاہتا ہے اس کے ذریعے رہنمائی فرماتا ہے۔ اور اللہ جسے گمراہ کر دیتا (یعنی گمراہ چھوڑ دیتا) ہے تو اُس کے لئے کوئی ہادی نہیں ہوتاO“

مومن کا شعار صرف نمازی ہونا ہی نہیں بلکہ نماز میں خشوع اِختیار کرنا ضروری ہے کیونکہ خشوع نماز کا مغز ہے اور اس کے بغیر اقامتِ صلوٰۃ کا تصور بھی ممکن نہیں۔ اور اگر نماز میں خشوع نہ ہو تو اس کی مثال یوں ہو گی جیسے کسی کی آنکھیں تو ہوں لیکن بصارت نہ ہو، کان تو ہوں مگر سماعت نہ ہو۔ لہٰذا نماز کی روح یہ ہے کہ اِبتدا سے آخر تک خشوع کا غلبہ ہو اور حضورِ قلب قائم رہے کیونکہ دل کو اللہ تعالیٰ کی طرف متوجہ رکھنا اور اللہ تعالیٰ کی تعظیم و ہیبت کی کیفیات کو اپنے اوپر طاری رکھنا ہی نماز کا اصل مقصد ہے۔ اللہ تعالیٰ نے قرآن حکیم میں ارشاد فرمایا ہے:

إِنَّنِي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِيO طٰهٰ، 14:20

”بیشک میں ہی اللہ ہوں میرے سوا کوئی معبود نہیں سو تم میری عبادت کیا کرو اور میری یاد کی خاطر نماز قائم کیا کروO“

”حضرت مطرف اپنے والد ماجد سے روایت کرتے ہیں:

رَأَيْتُ رَسُولَ االلہ صلی اللہ علیه وآله وسلم يُصَلِّي وَفِي صَدْرِهِ أَزِيْزٌ كَأَزِيْزِ الرَّحَى مِنَ الْبُكَاءِ.

1. أبو داود، السنن، كتاب الصلاة، باب البكاء في الصلاة، 238:1، رقم: 904

2. نسائي، السنن، كتاب السهو، باب البكاء في الصلاة، 13:3، رقم: 1214

’’میں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو دیکھا کہ آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نماز ادا فرما رہے تھے اور آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے سینہ اقدس سے رونے کی آواز اس طرح آ رہی تھی جیسے چکی کے چلنے کی آواز ہوتی ہے۔‘‘

یہ بات ظاہر ہے کہ کامیاب مومن بننے کے لئے نماز میں عجز و انکساری اور خشوع و خضوع کی ضرورت ہے جیسے اللہ نے فرمایا:

"یقیناً فلاح و کامیابی پائی ہے ان ایمان والوں نے جو اپنی نمازوں میں خشوع اختیار کرتے ہیں۔"

نماز میں خشوع و خضوع پیدا کرنے کے کئی ایک ذرائع ہیں چند ایک درج ذیل ہیں۔

(1) انسان کو نماز کا معنی و مفہوم سیکھنا چاہیے کہ جو کچھ وہ کہہ رہا ہے اور کر رہا ہے اس کو سمجھے، قراءت، دعا، ذکر و اذکار کے الفاظ و معانی پر غور کرے اور ذہن میں یہ بات ہو کہ میں عبادت کرتے ہوئے اللہ کو دیکھ رہا ہوں اور اپنے رب سے محو گفتگو ہوں جیسا کہ حدیث جبریل میں احسان کا معنی بتلایا گیا ہے کہ تم اللہ کی عبادت اس طرح کرو گویا کہ تم اللہ کو دیکھ رہے ہو اگر یہ کیفیت پیدا نہیں ہوتی تو اسے کم از کم یہ خیال ضرور رہے کہ اللہ تو مجھے دیکھ رہا ہے۔ اس طریقے سے نماز کی لذت انسان محسوس کرے گا اور نماز آنکھوں کی ٹھنڈک بن جاتی ہے جیسا کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا" :میری آنکھوں کی ٹھنڈک نماز میں ہے۔) "مسند احمد 3/128، 199، 285 حاکم 2/160 (لہٰذا فقہ الصلوٰۃ سے آدمی کو باخبر رہنا چاہیے۔

(2) ایسی سوچ و بچار کو دور کرنے کی کوشش کرے جو نماز میں آڑے آتی ہے وساوس شیطانی کو دفع کرے تاکہ شہوات نفسانی سے دل نکل کر اللہ کی محبت میں اٹک جائے۔

(3) نماز پُر سکون طریقے سے ادا کرے جلد بازی سے کام نہ لے جب تک نماز میں سکون و اطمینان نہ ہو نماز ادا نہیں ہوتی جیسا کہ حدیث میں جو نماز میں رکوع و سجدہ صحیح ادا نہیں کرتا اسے نماز کا چور قرار دیا گیا ہے۔ (حاکم 1/229، مسند احمد 5/310) ایک حدیث میں رکوع و سجدہ میں ٹھونگے مارنے والے کو اس بھوکے آدمی کی طرح قرار دیا گیا ہے جو ایک یا دو کھجوریں کھاتا ہے اور یہ اسے کچھ فائدہ نہیں دیتیں۔

) صحیح ابن خزیمہ 1/332 طبرانی کبیر 4/115(

(4) نماز کے اندر موت کو یاد کرے جب موت یاد آئے گی تو نماز عمدہ طریقے سے ادا کرے گا اور یہ یقین کر کے نماز پڑھے کہ اسے شاید اگلی نماز پڑھنے کا موقعہ نہ ملے جیسا کہ مسند احمد، ابن ماجہ، المعجم لابن الاعرابی میں حدیث ہے اور شیخ البانی نے اسے حسن قرار دیا ہے۔

(5) نماز کی دعائیں اور اذکار زیادہ سے زیادہ یاد کرے اور مختلف نماز میں مختلف دعائیں اور اذکار جو احادیث صحیحہ میں وارد ہیں پڑھے کیونکہ ایک مختصر سی دعا جو یاد کی ہوتی ہے وہ آدمی کی عادت اور روٹین میں آجاتی ہے پھر اس کی زبان پر ورد تو جاری ہوتا ہے لیکن دل فکر سے خالی ہوتا ہے یعنی ہماری نماز بطور عادت ہوتی ہے عبادت نہیں جب نماز کے اذکار مختلف یاد ہوں گے اور بدل بدل کر پڑھے گا تو نماز میں دھیان اور توجہ رہے گی اور خشوع وخضوع حاصل ہوگا۔ نماز کے اذکار کے لئے راقم کی کتاب صلاۃ المسلم یا حصن المسلم وغیرہ کا مطالعہ کریں۔

(6) اگر نماز میں وسوسہ آجائے تو اپنے بائیں جانب تین مرتبہ تھوک کر اعوذ باللہ پڑھ لیں۔(صحیح مسلم 2203۔ احمد 4/216) اس طرح شیطان جو نماز کو بھلا دیتا ہے اس کا ازالہ ہو جائے گا۔ ان شاء اللہ

(7) جس جگہ نماز ادا کرے نقش ونگار، تصاویر وغیرہ نہ ہوں۔

) صحیح البخاری 367۔ صحیح مسلم 2107(

کیونکہ یہ اشیاء نماز سے توجہ ہٹا دیتی ہیں۔

(8) اچھے لوگوں کی صحبت اختیار کریں تاکہ نیکی کی رغبت ہو اور برے لوگوں کی صحبت سے اجتناب کریں۔

(9) اگر حاجت تنگ کر رہی ہے تو پہلے حاجت کو جائے پھر نماز ادا کرے۔ پیشاب یا پاخانہ روک کر نماز پڑھنا درست نہیں۔ (ابن ماجہ 617)

(10) نیند کا غلبہ ہو تو پہلے نیند پوری کرلے پھر نماز پڑھے (صحیح بخاری 209 صحیح مسلم 786)

(11) گفتگو کرنے والے آدمی کے پیچھے کھڑے ہو کر نماز نہ پڑھے۔ (ابو داؤد 694، حاکم 4/270)

کیونکہ اس کی گفتگو بھی نماز سے غافل کرنے کا باعث ہو سکتی ہے۔

(12)دوران نماز نظر ادھر ادھر نہ گھمائے۔(ابوداؤد909)

(13)اسی طرح کبھی رات کا قیام کیا کرے اور اگر ممکن ہو تو معمول بنالیں اس سے بھی خشیت الٰہی نصیب ہوتی ہے اگر مذکورہ بالا امور پر توجہ دی جائے تو اللہ کے فضل و کرم سے نماز میں خشوع و خضوع نصیب ہو جاتا ہے اللہ ہمیں ایسا نمازی بنائے کہ ہم اس کی بندگی صحیح نہج پر کر سکیں اور شیطانی وساوس اور عجز وانکساری سے دور کرنے والے ذرائع سے اللہ محفوظ فرمائے۔ آمین